

Seri 12  
Nilai Dasar  
Perdamaian



# 12 Nilai Dasar Perdamaian

Edisi Buddha



Wanita  
Buddhis Indonesia

# Peace Generation: **12 Nilai Dasar Perdamaian**

Penulis Naskah  
**Wanita Buddhis Indonesia**

Menyesuaikan versi asli karya:  
**Erik Lincoln & Irfan AmaLee**

Editor  
**Irfan Nurhakim**

Ilustrator  
**Pertiwi Sopiani**  
**M Rijal Fadlulloh**

Layout  
**Muh. Rifaldi Rizkiansyah**  
**Irfan Nurhakim**

**Cetakan 1, edisi ARKA, November 2024**

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Diterbitkan Oleh



**Peace Generation Indonesia**  
Suite 10-11 Graha DLA, Jl. Otto Iskandar Dinata No.392,  
Nyengseret, Kec. Astanaanyar, Kota Bandung, Jawa  
Barat 40242 | [salam@peacegen.id](mailto:salam@peacegen.id)  
[www.peacegen.id](http://www.peacegen.id)

# Daftar Isi



**Aku Bangga  
Jadi Diri Sendiri  
01**



**No curiga  
No Prasangka  
15**



**Laki - laki  
Perempuan  
Sama sama  
Manusia  
57**



**Beda Kultur  
Tetap Akur  
29**



**Kaya Gak  
Sombong  
Miskin Gak  
Minder  
71**



**Konflik  
Bikin  
Kamu  
Dewasa  
129**



**Beda  
Keyakinan  
Tetap  
Berteman  
43**



**Menghormati  
Orang Lain  
85**



**Pake Otak  
Bukan Pake Otot  
145**



**Memilih Teman  
& Bersikap  
Inklusif  
109**



**Enggak Gengsi  
Nggak Salah  
161**



**Enggak  
Pelit  
Memberi  
Maaf  
177**



Saya yakin buku ini bisa membantu anak untuk menghayati nilai-nilai apresiasi untuk dasar perdamaian pada saat yang tepat, sebelum semuanya menjadi terlambat.

—**Prof. Dr. M. Din Syamsuddin**

Kepada Peace Generation saya ucapkan selamat, sukses terus dan bawa terus pesan-pesan perdamaian ke dunia dengan cara-cara kreatif seperti di kota kreatif, yaitu Kota Bandung.

—**Ridwan Kamil, Wali Kota Bandung**

Perubahan terbesar setelah ikut training PeaceGen, saya menjadi bisa memaafkan orang lain, seperti diajarkan pada modul ke-12. Saya sudah mengajarkan modul ini sejak 2009 di berbagai sekolah di Gorontalo.

—**Silvana, Gorontalo**

Yang paling saya sukai modul ke-10 yang temanya 'Pakai Otak! Jangan Maen Otot!' karena di sana kita belajar bagaimana menghindari kekerasan.

—**Dini, Bandung**

Peace Generation mengajarkan saya untuk berdamai dan menerima diri sendiri apa adanya. Setelah belajar perdamaian di Peacesantren, saya ingin lebih bisa menghargai diri sendiri dan orang lain, juga lebih bersyukur.

—**Muhammad Rafi, Jakarta. Peserta Peacesantren 2015**

Seru banget. Tadinya aku nggak mau ikutan karena nyangka pesantren kilat pasti boring, tapi ternyata di sini beda banget. Aku belajar tentang nilai perdamaian. Enggak rugi, deh datang jauh-jauh dari Bandar Lampung!

—**Viny Adinda H., Bandar Lampung. Peserta Peacesantren 2015**

Setelah saya ikut training PeaceGen, saya menjadi lebih bisa menerima diri, seperti diajarkan pada modul ke-1. Sekarang saya mengajarkan modul 12 nilai ini kepada komunitas anak muda Garut melalui PeaceCamp dan Peacesantren.

—**Fajar, Garut**



Melalui pelatihan 12 nilai dasar perdamaian ini, saya semakin dibukakan/dicerahkan atas cara pandang dan cara pikir dalam memandang diri sendiri, orang lain serta cara berhubungan dengan orang lain yang berbeda suku, etnis, agama, dan RAS.

—**Sugianto, Bandung**

3 kata untuk Peacetival 'Love, Cool, and Peace'.

—**Rudiyana, Pemain PERSIB**

Dengan mengikuti splash the peace, saya diingatkan kembali dengan nilai-nilai perdamaian yang sangat mendasar dan sangat sering dilupakan. Saya jadi sadar bahwa kata damai bukan hanya untuk kita sesama suku, sesama agama, atau sesama negara. Tapi, damai untuk semua orang tanpa mengenal perbedaan karena dengan ada damai kita semua adalah satu.

—**Helen Evalina, Medan**

I really enjoyed the training, specifically the lesson on conflict and the 9 different paths to deal with it. It was helpful to identify some of the negative paths I have taken in the past and more positive options for the future.

—**Matt Russel, Canada**

The lesson on conflict was important as I see that among racial groups. I'm reminded not to put people into a box, but to always see people into X-ray glasses.

—**Tan Irene, Malaysia**

Best lesson I've learnt here is how forgiving became the goal of all peace making. It there on the beginning and at the end. Forgiving our selves and others lead us for bright and healing siccness. As the Agent of peace, I am willing to give all efforts and prayers to realize harmony.

—**Atina Rosydiana, Yogyakarta**

This modules are reallyy effective. From the first module about having peace with yourself and second module about avoiding prejudice, the participants feel the change. A lot of them were crying because it's so meaningful.

—**Nurkisha, Filipina**

Saya ucapkan terima kasih kepada Peace Generation yang telah memberikan kesempatan yang sangat berharga kepada saya, walaupun saya orang jauh.

Ucapan terima kasih pula kepada teman-teman dari Letsform yang membakar semangat saya, Ana, Rashid, dan Ayi yang telah menyumbangkan ilmunya. Juga kepada Floren yang berkenan menerjemahkan tulisan saya ke dalam bahasa Indonesia. Kepada Master's English yang telah menjadi inovator dalam membangun hubungan antara budaya dan bahasa. Dan terakhir kepada Allah Ar-Rahman, sumber segala perdamaian. Peace!

### **Erik Lincoln**

Sudah lama saya memimpikan menerbitkan sebuah buku yang bisa memperkenalkan topik perdamaian kepada masyarakat, khususnya remaja. Pertemuan saya dengan Erik pada 2006 lalu ternyata menjadi awal terwujudnya mimpi ini.

Diawali dengan diskusi-diskusi kecil, kami (saya dan Erik) pun berkolaborasi menyusun buku ini. Sebuah kolaborasi yang menunjukkan bahwa perbedaan latar belakang budaya dan bangsa bukanlah penghalang untuk melakukan sesuatu secara bersama.

Saya secara pribadi dan atas nama Peace Generation berharap buku ini bisa memberikan kontribusi bagi pendidikan perdamaian di Indonesia. Salam! Peace!

### **Irfan AmaLee**

# Bagaimana Menggunakan Modul Ini?

Semua materi program ini dirancang menggunakan empat langkah yang membantu fasilitator/ orangtua menyampaikan materi secara efektif.



## Aktivitas

Pada bagian ini kegiatan difokuskan agar peserta mendapat pengalaman langsung. Aktivitas yang bisa dilakukan adalah melalui permainan, bermain peran, menonton video, mendengar podcast, membaca komik atau cerita, dll. Pengalaman yang didapatkan setidaknya melibatkan indera dan respons yang dimiliki oleh peserta. Aktivitas juga berfungsi untuk membuat peserta tertarik dan terkoneksi dengan nilai yang akan mereka pelajari.



## Refleksi

Pada bagian ini, kegiatan difokuskan untuk merefleksikan pengalaman yang diperoleh dari aktivitas sebelumnya. Refleksi dilakukan melalui pertanyaan relevan yang mampu memantik apa yang telah dialami peserta. Refleksi ini selanjutnya akan menjembatani peserta dalam memahami konsep atau nilai yang akan diajarkan.



## Konseptualisasi

Barulah pada bagian ini dimasukkan konsep, data, tips, dan deskripsi mengenai nilai inti pelajaran. Konsep dan materi ini secara tidak langsung merupakan “pelajaran” yang diperoleh dari pengalaman pada bagian aktivitas.



## Aplikasi

Konsep kemudian harus dicoba penerapannya secara nyata pada kehidupan atau aktivitas lain. Sehingga pada bagian ini, peserta ditantang untuk melakukan kegiatan yang bisa menjadi wadah untuk mempraktikkan konsep atau materi yang telah dipelajari.

Modul ini milik

Seri 12  
Nilai Dasar  
Perdamaian

سلام  
PEACE:  
generation

# 1 AKU BANGGA JADI DIRI SENDIRI

- Tentang Menerima Diri -

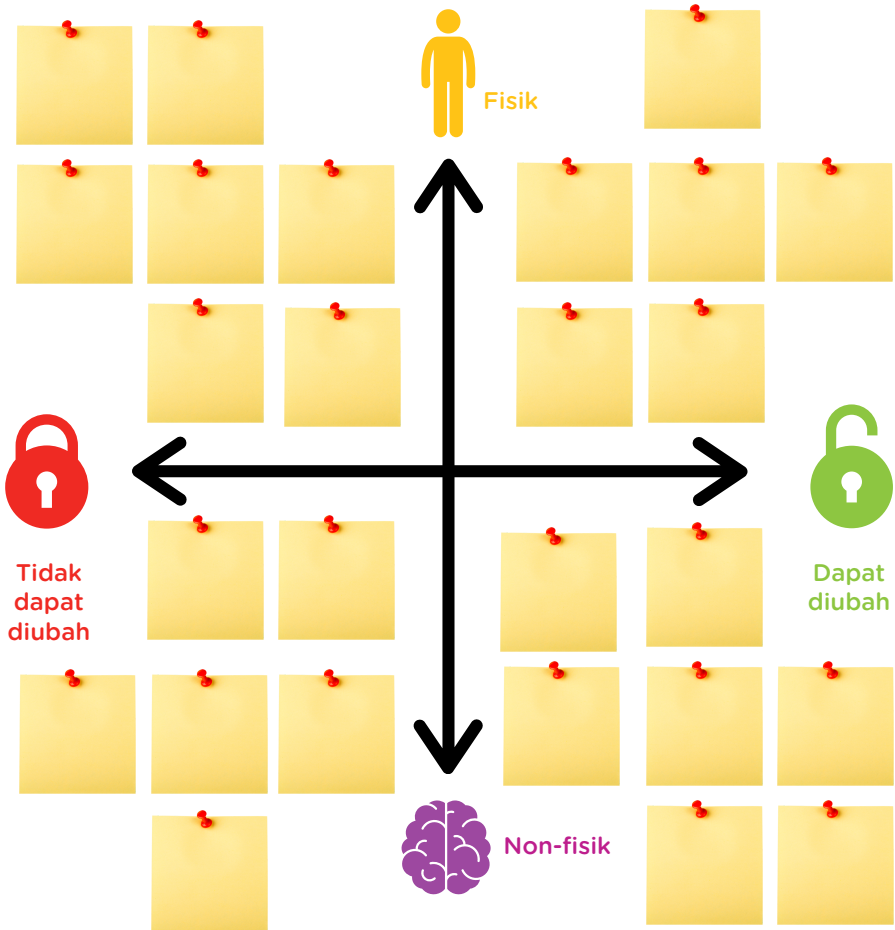




## Aktivitas



Mari melakukan permainan "MENGENAL AKU" dengan mengikuti instruksi fasilitator/ pembimbingmu. Melalui permainan ini kamu akan mengenal sejumlah identitas yang melekat pada dirimu. Setelah permainan, tuliskan setiap identitasmu di tempat yang sesuai!





## Refleksi

- Apa saja hal-hal tentang diri kalian yang kalian sadari tidak bisa diubah dan harus diterima dengan rasa syukur? Bagaimana perasaan kalian setelah menyadari hal tersebut?

- Apa saja hal yang ada pada dirimu yang bisa diubah atau ditingkatkan?

- Apa langkah pertama yang bisa kamu ambil untuk mulai mengubah atau meningkatkan aspek tersebut?



## Konsep

Kelahiran sebagai manusia adalah sangat berharga. Setiap manusia terlahir dengan kelebihan dan kekurangan masing-masing sesuai karma masa lampaunya.



“Wajah cantik, suara merdu, kemolekan dan kejelitaan, kekuasaan dan pengikut-pengikut, semua diperoleh karena buah jasa-jasa.”

Nidhikandha Sutta

Referensi : Buku Paritta, penerbit : Svarnadipa Sriwijaya, 2006, hal. 106



Dengan gaya ini, berarti aku telah mengubah karakter kamu jadi lebih karismatik!



1

1. Setiap makhluk terlahir dengan beberapa karakteristik. Ada karakteristik negatif dan positif. Ada yang mudah diubah dan ada yang sulit diubah.

Tumben tusuk gigitnya awet. Kamu sudah mengubah kebiasaanmu, ya?



Yoi, sekarang kalau udah aku pake, aku simpen lagi di tempatnya :)



2

Setiap orang harus belajar untuk mengubah hal-hal yang bisa diubah, dan belajar menerima hal-hal yang tidak bisa diubah.

3

Kita harus mengerti bahwa karakteristik-karakteristik itu berasal dari karma kita di kehidupan lampau. Menurut Buddha, Kelahiran sebagai manusia itu sangat sulit diperoleh. Jadi kita sudah sangat beruntung bisa terlahir sebagai manusia pada kelahiran sekarang. Oleh sebab itu kita harus bersyukur.

Apa, sih, yang kamu buat itu? Buat apa, sih, gunanya?



Itu dia, aku juga nggak tahu mau bikin apa.



5

# 4

Pandanglah dirimu secara adil dan seimbang. Jangan menganggap diri kita lebih tinggi karena hal itu akan membuat kita menjadi sombong. Pasti orang tidak akan suka sama kita.

Aku, kan, pernah jadi  
ratu kecantikan  
dunia, lho!

Menurut Buddha, semua  
manusia itu pada  
hakekatnya adalah sama  
kok



Kayaknya aku banyak  
kelemahannya, deh. Aku sering  
diejek. Aku malu!

# 5

Tapi juga, jangan memandang rendah diri sendiri karena itu membuat kita sulit mendapatkan banyak teman, alias minder.



Tonton video ini, biar bisa makin PD





Dari pemanasan dan inti pelajaran, pasti kamu kini lebih mengenal dirimu. Tulislah sejumlah hal yang akan kamu sukuri dan akan kamu ubah!

Hal yang tak dapat diubah,  
yang akan saya terima dan  
syukuri:

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....

Hal yang dapat diubah yang  
saya akan bekerja keras  
untuk mengubahnya:

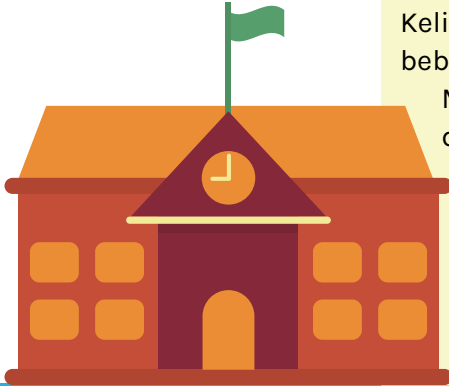
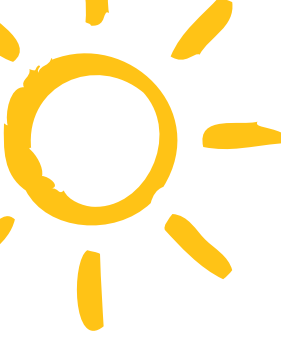
1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....



## DOA ASPIRASI

Aku sadar dan mengerti bahwa apa pun yang ada dan terjadi pada diri ku saat ini adalah warisan karma lampauku. Semoga aku dapat menerima dan berdamai dengan hal-hal yang tidak dapat aku ubah. Aku bertekad untuk mengubah hal-hal buruk yang dapat aku ubah. Semoga Buddha, Dhamma, Sangha senantiasa membimbingku





Inilah lima sekawan, Siti, Lina, Agus, Yono, dan Anes, dari Sekolah Cingepul. Kelima murid ini punya beberapa kelemahan.

Mereka perlu pertolongan dan saran kalian.

Nah tulislah saran-saran kalian di Kertas Saran yang tersedia.

## Saran

Dear PeaceGen, saya asli Sunda. Saya senang bergaul dengan banyak teman. Tetapi, saya sering merasa nggak PeDe karena badan Saya gemuk. Bisa tolongin Saya nggak? Makasih untuk saran kalian  
-Siti





Hei guys, gue asli Tionghoa. Gue sebenarnya senang punya banyak teman, tetapi karena dicap "Tionghoa kaya", gue jadi takut punya banyak teman sehingga jadi suka pilih-pilih. Bisa jadi ada yang mau berteman hanya karena gue banyak duit. Ih, amit-amit, deh! Thanks buat sarannya.  
-Lina

Saran

Saran

Hai PeaceGen, aku Jawa tulen. Aku suka berkreasi dengan banyak hal, tetapi kadang-kadang aku kesal dan tidak sabaran kalau kerja bareng teman. Mereka suka mikir telat, nggak punya ide brilian, dan nggak bisa nangkap ide yang aku jelasin. Parah, kan?  
-Yono





Halo. Saya cowok Ambon. Masalah saya mungkin sepele, tapi sangat mengganggu. Kulit saya hitam kayak arang dan rambut saya brokoli. Jadinya Saya sering nggak PeDe kalau berdiri dengan teman-teman. Rasanya, kayak ada kotoran cicak lagi nempel di tembok putih! Tolong saya, dong!  
-Anes

Saran

Saran

Hai PeaceGen yang keren abiz! Gue bujang Sunda. Teman-teman bilang, gue pemarah, padahal nggak, lho! Gue hanya ingin membela teman-teman kalau diusik orang. Kan harus ada yang jadi pembela. Kalau dibiarin, mereka yang ganggu tambah ngelunjak. Emang, sih, udah ada beberapa yang kena tinju gue. Peace! -Agus



## FRIENDSHIP TIPS



Kalau kamu ingin hubungan pertemananmu jadi asyik, jangan pernah mempertanyakan apa yang akan kamu dapatkan dari mereka, tetapi apa yang dapat kamu berikan kepada mereka.



## DOA

Semoga aku berbahagia  
Bebas dari penderitaan  
Bebas dari kebencian  
Bebas dari kesakitan  
Bebas dari kesukaran  
Semoga aku dapat  
mempertahankan  
kebahagiaanku sendiri





Carilah 6 kata di dalam kumpulan huruf yang diacak di bawah ini. Beri garis penghubung pada kata-kata yang benar. Kata-kata tersebut bisa secara mendatar, diagonal, terbalik, dari atas ke bawah atau sebaliknya. Kata-katanya berkaitan dengan pelajaran 1.

### Petunjuk mendapatkan kata-kata tersembunyi

- Nama tokoh cerita di pelajaran 1
- Kita ada di dunia ini bukan karena kebetulan, melainkan terlahir karena.... yang kita perbuat di kehidupan sebelumnya.
- Kita terlahir dengan.....masing-masing yang unik dan berbeda karena kita mewarisi Karma kita masing-masing yang juga unik dan berbeda dari kehidupan sebelumnya.
- Walaupun terlahir dengan karakteristik yang berbeda-beda, kita tidak seharusnya merasa..... atas kekurangan kita atau merasa..... atas kelebihan kita dari kehidupan sebelumnya.
- Walaupun berbeda-beda, pada hakikatnya semua makhluk adalah....



S	A	S	Y	K	A	R	M	A	F	J	G
M	B	G	W	O	O	Z	C	K	C	K	V
R	S	T	U	N	D	O	Q	S	G	A	N
L	O	J	T	S	S	L	N	D	O	R	A
J	M	B	Z	P	A	N	H	E	Z	A	C
H	B	T	S	D	M	G	U	N	H	K	L
U	O	A	B	X	A	J	G	F	S	T	W
D	N	R	E	D	N	I	M	T	P	E	U
M	G	U	E	X	H	R	P	D	W	R	A





## Aplikasi

Tanyakan kepada Ayah atau Ibu tentang satu hal yang dia sukai dan satu hal yang tidak dia sukai pada dirinya. Catatlah jawaban yang disukai pada "HAPPY FACE" dan yang tidak disukai pada "SAD FACE".



.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....



Jelaskan kepada ayah dan ibu tentang pentingnya cinta kasih pada semua makhluk dan pentingnya menghargai perbedaan setiap makhluk, karena perbedaan itu lahir dari karma masa lampau mereka masing-masing. Apa akibat hal tersebut pada gambaran kita tentang diri kita sendiri? Mintalah paraf kepada orang tua mu!



Paraf

.....

# Catatan